015,1x1
A4

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

015,1x1 1283
A4
Mahamandal Shastra
Prakash samiti.

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

O15, 1x1
A4.

1283

SHRI JAGADGURU VISHWARADHYA JNANAMANDIR
(LIBRARY)
JANGAMAWADIMATH, VARANASI

*****

Please return this volume on or before the date last stamped.
Overdue volume will be charged ten paise per day.

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

॥ श्रीः ॥

* लययोगः *

महामण्डलशास्त्रप्रकाशकसमितितः

प्रकाशितः ।

काश्यां महामण्डलशास्त्रप्रकाशकसमितियन्त्रे
श्रीअम्बिकाचरणचक्रवर्तिना
मुद्रितः ।

सम्वत् १९७० ।

मूल्यमष्टमुद्रामात्रम् ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

015,1x1
A4

SRI JAGADGURU VISHWARADHYA
JNANA SIMHASAN JNANAMANDIR
LIBRARY.
Jangamwadi Math, VARANASI,
Acc. No. 1283

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

लययोगसंहिता ।

तन्त्रम् ।

C. M. V Sharma

अथ मङ्गलाचरणम् ।

कार्य्यंब्रह्मस्वरूपं जगदिदमखिलं ब्रह्मतच्छक्तिलास्यम्,
माया ब्रह्माप्यभिन्ने किल भवति यथाहंममेत्यैक्यबुद्धिः ।
विन्दुध्यानप्रसक्तैः कथमपि यतिभिर्ध्येयमध्यात्मदृग्भिः
सर्वावस्थाननाशप्रभु ननु जगतो यत्तदेकं प्रपद्ये ॥ १ ॥
अङ्गिरा याज्ञवल्क्यश्च कपिलश्च पतञ्जलिः ।
वशिष्ठकश्यपौ वेदव्यासाद्याः परमर्षयः ॥ २ ॥
यत्कृपातः समुद्भूतो लययोगो हितप्रदः ।
अतीतवाङ्मनोबुद्धिस्तत्पदप्राप्तिकारणम् ॥ ३ ॥
येन योगपरा नित्यं कृतकृत्या भवन्ति हि ।
संहितां तस्य योगस्य तान्प्रणम्यारभेऽधुना ॥ ४ ॥

—:o:—

अथ लययोगलक्षणम् ।

ब्रह्माण्डपिण्डे सदृशे ब्रह्मप्रकृतिसम्भवात् ।
समष्टिव्यष्टिसम्बन्धादेकसम्बन्धगुम्फिते ॥ १ ॥
ऋषिदेवौ च पितरो नित्यं प्रकृतिपूरुषौ ।
तिष्ठन्ति पिण्डे ब्रह्माण्डे ग्रहनक्षत्रराशयः ॥ २ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

पिण्डज्ञानेन ब्रह्माण्डज्ञानं भवति निश्चितम् ।
गुरूपदेशतः पिण्डज्ञानमाप्त्वा यथायथम् ॥ ३ ॥
ततो निपुणया युक्त्या पुरुषे प्रकृतेर्लयः ।
लययोगाभिधेयः स्यात् प्रोक्तमेतन्महर्षिभिः ॥ ४ ॥
आधारपद्मे प्रकृतिः सुप्ता कुण्डलिनी स्थिता ।
सहस्रारे स्थितो नित्यं पुरुषश्चोपगीयते ॥ ५ ॥
प्रसुप्तायां कुण्डलिन्यां वाह्यसृष्टिः प्रजायते ।
योगाङ्गैस्ताम्प्रवोध्यैव यदा तस्मिन् विलापयेत् ॥ ६ ॥
कृतकृत्यो भवत्येव तदा योगपरो नरः ।
पुराविदो वदन्तीमं लययोगं सुखावहम् ॥ ७ ॥

अथ लययोगाङ्गानि ।

अङ्गानि लययोगस्य नवैवेति पुराविदः ।
यमश्च नियमश्चैव स्थूलसूक्ष्मक्रिये तथा ॥ १ ॥
प्रत्याहारो धारणा च ध्यानञ्चापि लयक्रिया ।
समाधिश्च नवाङ्गानि लययोगस्य निश्चितम् ॥ २ ॥
स्थूलदेहप्रधाना वै क्रिया स्थूलाभिधीयते ।
वायुप्रधाना सूक्ष्मा स्याद्ध्यानं बिन्दुमयं भवेत् ॥ ३ ॥
ध्यानमेतद्धि परमं लययोगसहायकम् ।
लययोगानुकूला हि सूक्ष्मा या लभ्यते क्रिया ॥ ४ ॥
जीवन्मुक्तोपदेशेन प्रोक्ता सा हि लयक्रिया ।
लयक्रियासाधनेन सुप्ता सा कुलकुण्डली ॥ ५ ॥
प्रवुध्य तस्मिन्पुरुषे लीयते नात्र संशयः ।
शिवत्वमाप्नोति तदा साहाय्यादस्य साधकः ॥ ६ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

लयक्रियायाः संसिद्धौ लयबोधः प्रजायते ।
समाधियेन निरतः कृतकृत्यो हि साधकः ॥ ७ ॥

अथ यमवर्णनम् ।

अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं दयाऽऽर्जवम् ।
क्षमा धृतिर्मिताऽऽहारः शौचन्त्वेते यमा दश ॥ १ ॥

(अहिंसा)

कर्मणा मनसा वाचा सर्वभूतेषु सर्वदा ।
अक्लेशजननं प्रोक्तमहिंसात्वेन योगिभिः ॥ २ ॥

(सत्यम्)

सत्यं भूतहितं प्रोक्तं नायथार्थाभिभाषणम् ॥ ३ ॥

(अस्तेयम्)

कर्मणा मनसा वाचा परद्रव्येषु निःस्पृहा ।
अस्तेयमिति सम्प्रोक्तमृषिभिस्तत्वदर्शिभिः ॥ ४ ॥

(ब्रह्मचर्यम्)

कर्मणा मनसा वाचा सर्वावस्थासु सर्वदा ।
सर्वत्र मैथुनत्यागो ब्रह्मचर्यम्प्रचक्षते ॥ ५ ॥
ब्रह्मचर्याश्रमस्थानां यतीनां नैष्ठिकस्य च ।
ब्रह्मचर्यं च तत्प्रोक्तं तथैवारण्यवासिनाम् ॥ ६ ॥
ऋतावृतौ स्वदारेषु सङ्गतिर्या विधानतः ।
ब्रह्मचर्यं तदप्युक्तं गृहस्थाश्रमवासिनाम् ॥ ७ ॥

(दया)

सर्वदा सर्वभूतेषु सर्वथानुग्रहस्पृहा ।
कर्मणा मनसा वाचा दया सम्प्रोच्यते बुधैः ॥ ८ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(आर्ज्जवम्)

प्रवृत्तौ वा निवृत्तौ वा एकरूपत्वमार्ज्जवम् ॥ ९ ॥

(क्षमा)

प्रियाप्रियेषु सर्वेषु समत्वं यच्छरीरिणाम् ।
क्षमा सैवेति विद्वद्भिर्गदिता वेदवादिभिः ॥ १० ॥

(धृतिः)

अर्थहानौ च बन्धूनां वियोगे चापि सम्पदि ।
भूयः प्राप्तौ च सर्वत्र चित्तस्य स्थापनं धृतिः ॥ ११॥

(मिताहारः)

अष्टौ ग्रासा मुनेर्भक्ष्या षोड़शारण्यवासिनाम् ।
द्वात्रिंशद्धि गृहस्थानां यथेष्टं ब्रह्मचारिणाम् ॥१२॥
तेषामयं मिताहारस्त्वन्येषामल्पभोजनम् ॥१३॥

(शौचम्)

शौचन्तु द्विविधं प्रोक्तं बाह्यमाभ्यन्तरन्तथा ।
मृज्जलाभ्यां स्मृतं बाह्यं मनःशुद्धिस्तथान्तरम् ॥१४॥
मनःशुद्धिस्तु विज्ञेया धर्मेणाध्यात्मविद्यया ।
अध्यात्मविद्या धर्मश्च पित्राचार्येण चाप्यते ॥१५॥

अथ नियमवर्णनम् ।

तपः सन्तोष आस्तिक्यं दानमीश्वरपूजनम् ।
सिद्धान्तश्रवणञ्चैव ह्रीर्मतिश्च जपो व्रतम् ॥ १ ॥
एते च नियमाः प्रोक्तास्तांश्च सर्वान् पृथक् शृणु ॥ २

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(तपः)

विधानोक्तेन मार्गेण कृच्छ्रचान्द्रायणादिभिः ।
शरीरशोषणं प्राहुस्तपसां तप उत्तमम् ॥ ३ ॥

(सन्तोषः)

यदृच्छालाभतो नित्यं मनःसन्तोषकारिणी ।
या धीस्तामृषयः प्राहुः सन्तोषं सुखलक्षणम् ॥ ४ ॥

(आस्तिक्यम्)

धर्म्माधर्म्मेषु विश्वासो यस्तदास्तिक्यमुच्यते ॥ ५ ॥

(दानम्)

न्यायार्ज्जितं धनञ्चाल्पमन्यद्वा यत्प्रदीयते ।
अर्थिभ्यः श्रद्धया युक्तं दानमेतदुदाहृतम् ॥ ६ ॥

(ईश्वरपूजनम्)

यत् प्रसन्नस्वभावेन विष्णो रुद्रस्य वा पृथक् ।
यथाशक्त्यर्चनं भक्त्या चैतदीश्वरपूजनम् ॥ ७ ॥
रागाद्यपेतं हृदयं वागदुष्टाऽनृतादिभिः ।
हिंसादिरहितः काय एतदीश्वरपूजनम् ॥ ८ ॥

(सिद्धान्तश्रवणम्)

सिद्धान्तश्रवणं प्रोक्तं वेदानां श्रवणं सदा ।
द्विजवत् क्षत्रियस्योक्तं सिद्धान्तश्रवणं बुधैः ॥ ९ ॥
विशाञ्च केचिदिच्छन्ति शीलवृत्तवतां सताम् ।
शूद्राणाञ्च स्त्रियाश्चैव स्वधर्मस्तु तपस्विनाम् ॥ १० ॥
सिद्धान्तश्रवणं प्रोक्तं पुराणश्रवणं बुधैः ॥११॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(ह्रीः)

वेदलौकिकमार्गेषु कुत्सितं कर्म यद्भवेत् ।
तस्मिन्भवति या लज्जा ह्रीस्तु सैवेति कीर्त्तिता ॥१२॥

(मतिः)

विहितेषु च सर्वेषु श्रद्धा या सा मतिर्भवेत् ॥१३॥

(जपः)

गुरुणा चोपदिष्टो हि वेदबाह्यविवर्जितः ।
विधिनोक्तेन मार्गेण मन्त्राभ्यासो जपः स्मृतः ॥१४॥

(व्रतम्)

सद्गुरोरुपदेशेनानुज्ञया वा प्रसेदुषः ।
धर्मार्थकामसिद्ध्यर्थमुपायग्रहणं व्रतम् ॥१५॥

अथ स्थूलक्रियावर्णनम् ।

(आसनस्थानम्)

क्षिप्रमासाद्यते सिद्धिरासनस्यानुकूल्यतः ।
मध्ये हि लययोगस्य प्रवदन्ति पुराविदः ॥ १ ॥
कुटीरो भूमिगर्तस्थो दरी वा पर्वतस्य च ।
साधनस्योपयोगाय लययोगस्य कथ्यते ॥ २ ॥
न तत्रवायोः संचारः स्वेच्छया किञ्च लभ्यते ।
रुद्धः स्याद्वायुसञ्चारो द्वारे वै पिहितेऽनिशम् ॥ ३ ॥
स्थानं तत्पावनतमं रम्यञ्चाप्यभयप्रदम् ।
सुखाकरं भवेच्चैव योगिनामिति सम्मतिः ॥ ४ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

एवंविधेन द्वारेण भवितव्यं न तत्र वै ।
बाह्यशब्दप्रवेशः स्यान्नापि तच्छब्दनिर्गमः ॥ ५ ॥
कल्याणाय भवत्येषा गुहा वै लयसाधने ।
नापेक्षते गुहामेनां योगे तून्नतमानसः ॥ ६ ॥

(आसनानि)

आसनाभ्यासतः कायोऽनुकूलः साधनस्य वै ।
आसनानि त्रयस्त्रिंशद्धठयोगे भवन्ति हि ॥ ७ ॥
आसनान्यत्र त्रीण्येव प्रोक्तानि परमर्षिभिः ।
पद्मासनं स्वस्तिकञ्च सिद्धासनमथापि वा ॥ ८ ॥
एतान्यभ्यसनीयानि लययोगपरायणैः ॥ ९ ॥
हठयोगप्रकरणे संद्रष्टव्यानि तत्र वै ।
इमानि लययोगस्य चासनानि भवन्ति हि ॥१०॥

(मुद्रा)

योगकौशलपूर्णा या स्थूलकायपरा क्रिया ।
मुद्रा निर्दिश्यते सा वै योगशास्त्रविशारदैः ॥११॥
साधने हठयोगस्य विहिताः पञ्चविंशतिः ।
मुद्रा महर्षिभिर्नाम हठयोगविशारदैः ॥१२॥
अष्टौ मुद्रा विधीयन्ते लययोगमहर्षिभिः ।
ज्ञेया वै शाम्भवी मुद्रा प्रत्याहारस्य सिद्धये ॥१३॥
पञ्चमुद्रा विनिर्दिष्टाः पञ्चधारणसिद्धये ।
ध्यानस्य सिद्धये शक्तिचालिनी चाथ योनिका ॥१४॥

अथ सूक्ष्मक्रियावर्णनम् ।

(प्राणायामः)

कार्यकारणसम्बन्धात्प्राणः स्थूलो मरुत्तथा ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

अभिन्नौ वायुमुख्या या क्रिया सूक्ष्मा तु सोच्यते ॥१॥
अन्तर्भवन्तौ सूक्ष्मायां प्राणायामस्वरोदयौ ।
वर्णितावृषिभिनूनं लययोगविशारदैः ॥ २ ॥
यथाप्रकृति विज्ञेया प्राणायामक्रियाष्टधा ।
तत्र सप्त बलापेक्षं हठयोगे प्रकीर्त्यते ॥३॥
सरला लययोगस्य क्रिया सर्वा विधीयते ।
बलप्रयोगो नैवात्र प्रोक्तस्तज्ज्ञैर्महर्षिभिः ॥ ४ ॥
लययोगोपयोगाय प्राणायामस्तु केवली ।
प्रोच्यते तीर्णसंसारसागरैः परमर्षिभिः ॥ ५ ॥
गुरूपदेशगम्यापि प्राणायामक्रियाऽखिला ।
यथावद्वर्ण्यते चात्र जगच्छ्रेयोविधित्सया ॥ ६ ॥
स्पर्शान् कृत्वा बहिर्बाह्यांश्चक्षुश्चैवान्तरे भ्रुवोः ।
प्राणापानौ समौ कार्यौ नासाभ्यन्तरचारिणौ ॥ ७ ॥
यः साधकः केवलकुम्भकस्याभ्यासं करोतीह सएव योगी।
न विद्यते किञ्चिदसाध्यमत्र धन्यस्य योगिप्रवरस्य तस्य।८।
प्राणायामे साधितेऽस्मिन् साधकैस्त्वनुभूयते ।
प्रत्याहारो धारणा च समाधिर्ध्यानमेव च ॥ ९ ॥

(स्वरोदयकथनम्)

प्राणा मरुन्मनश्चैते कार्यकारणरूपतः ।
अभिन्नाश्च जिते वायौ जिताः प्राणा मनस्तथा ॥१०॥
प्राणवायुं विनिर्जित्य महाप्राणमनोजयः ।
तत्वज्ञानोपलब्धिश्चेत्युच्यते हि स्वरोदयः॥ ११॥
वैचित्र्यसूक्ष्मशक्तेर्हि स्वरोदयक्रियाफले ।
अनन्तेऽपि हितार्थाय योगिनां किञ्चिदुच्यते ॥१२॥
स्वरज्ञानात् परं मित्रं स्वरज्ञानात्परं धनम् ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

स्वरज्ञानात् परं गुह्यं न वा दृष्टं न वा श्रुतम् ॥१३॥
शत्रुं हन्यात् स्वरबलैस्तथा मित्रसमागमः ।
लक्ष्मीप्राप्तिः स्वरबलैः कीर्तिः स्वरबलैस्तथा ॥१४॥
कन्याप्राप्तिः स्वरबलैस्तद्बलै राजदर्शनम् ।
स्वरबलैर्देवतासिद्धिस्तद्बलैः क्षितिपो वशः ॥१५॥
स्वरैः संलभ्यते देशो भोज्यं स्वरबलैस्तथा ।
लघुदीर्घं स्वरबलैर्मलं चैव निवार्यते ॥ १६ ॥
सर्वशास्त्रपुराणादिस्मृतिवेदाङ्गपूर्वकं ।
स्वरज्ञानात्परं मित्रं नास्ति किञ्चिद्वरानने ॥१७॥
इदं स्वरोदयं शास्त्रं सर्वशास्त्रोत्तमोत्तमम् ।
आत्मघटप्रकाशार्थं प्रदीपकलिकोपमम् ॥१८॥

(वायुभेदवर्णनम्)

प्राणोऽपानः समानश्चोदानो व्यानस्तथैव च ।
नागः कूर्मश्च कृकरो देवदत्तो धनञ्जयः ॥१९॥
हृदि प्राणो वहेन्नित्यमपानो गुदमण्डले ।
समानो नाभिदेशे च उदानः कण्ठमध्यगः ॥२०॥
व्यानो व्यापी शरीरेषु प्रधानाः पञ्च वायवः ।
प्राणाद्याः पञ्च विख्याता नागाद्याः पञ्च वायवः॥२१॥
तेषामपि च पञ्चानां स्थानानि च वदाम्यहम् ।
उद्गारे नागआख्यातः कूर्म उन्मीलने स्मृतः ॥२२॥
कृकरः क्षुत्कृते ज्ञेयो देवदत्तो विजृम्भणे ।
न जहाति मृते क्वापि सर्वव्यापी धनञ्जयः ॥२३॥
एते नाडीषु सर्वासु भ्रमन्ते जीवरूपिणः ।
प्रकटप्राणसञ्चारं लक्षयेद्देहमध्यतः ॥२४॥
इडापिङ्गलासुषुम्नाभिर्नाडिभिस्तिसृभिर्बुधः ॥२५॥
अनेन लक्षयेद् योगी चैकचित्तः समाहितः ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

सर्वमेव विजानीयान्मार्गं तच्चन्द्रसूर्ययोः ॥२६॥
जीवेन गृह्यते जीवो जीवो जीवस्य दीयते ।
जीवस्थाने गतो जीवो बलाज्जीवान्तवश्यकृत् ॥२७॥
चन्द्रं पिबति सूर्येण सूर्यं पिबति चन्द्रतः ।
अन्योन्यं कालभावेन जीवेदाचन्द्रतारकम् ॥२८॥
एतज्जानाति यो योगी एतत्पठति नित्यशः ।
सर्वदुःखविनिर्मुक्तो लभते वाञ्छितं फलम् ॥२९॥

(तत्त्वविचारः)

पञ्चतत्त्वाद् भवेत्सृष्टिस्तत्वे तत्वं विलीयते ।
पञ्चतत्वं परं तत्वं तत्वातीतं निरञ्जनम् ॥३०॥
तत्वानां नाम विज्ञेयं सिद्धियोगेन योगिनाम् ।
भूतानां दुष्टचिह्नानि जानन्ति हि स्वरोत्तमाः ॥३१॥
पृथिव्यापस्तथा तेजो वायुराकाशमेव च ।
पञ्चभूतात्मकं सर्वं यो जानाति स पूजितः ॥३२॥
सर्वलोकेषु जीवानां न देहे भिन्नतत्वकम् ।
भूर्लोकात् सत्यपर्यन्तं नाडीभेदः पृथक् पृथक् ॥३३॥
वामे वा दक्षिणे वापि उदयाः पञ्चकीर्त्तिताः ।
अष्टधा तत्वविज्ञानं शृणु वक्ष्यामि सुन्दरि ! ॥ ३४ ॥
प्रथमे तत्वसंख्यायां द्वितीये श्वाससन्धिषु ।
तृतीयेस्वरचिह्नानि चतुर्थे स्थानमेव च ॥३५॥
पञ्चमे तस्य वर्णश्च षष्ठे तु प्राणमेव च ।
सप्तमे स्वादु संयुक्तिमष्टमे गतिलक्षणम् ॥३६॥
एवमष्टविधं प्राणं विषुवन्तं चराचरं ।
स्वरात् परतरं देवि ! नान्यदस्त्यम्बुजानने ! ॥३७॥
निरीक्षितव्यं यत्नेन यदा प्रत्यूषकालतः ।
कालस्य वञ्चनार्थाय कर्म कुर्वन्ति योगिनः ॥३८॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

श्रुत्योरङ्गुष्ठकौ मध्याङ्गुलौ नासापुटद्वये ।
वदनप्रान्तयोरन्ते तर्जन्यौ तु दृगन्तयोः ॥३९॥
अस्यान्तरं पार्थिवादितत्वज्ञानं भवेत्क्रमात् ।
पीतश्वेतारुणश्यामैर्विन्दुभिर्निरुपाधिकम् ॥४०॥
दर्पणेन समालोक्य श्वासं तत्र विनिक्षिपेत् ।
आकारैस्तु विजानीयात् तत्वभेदं विचक्षणः ॥४१॥
चतुरस्रं चार्धचन्द्रं त्रिकोणं वर्तुलं स्मृतम् ।
विन्दुभिस्तु नभो ज्ञेयमाकारैस्तत्वलक्षणम् ॥४२॥
मध्ये पृथ्वी ह्यधश्चापश्चोर्द्ध्वं वहति चानलः ।
तीर्यग्वायुप्रचारश्च नभो वहति सङ्क्रमे ॥ ४३ ॥
माहेयं मधुरं स्वादु कषायं जलमेव च ।
तिक्तं तेजश्च वाय्वम्लमाकाशं कटुकं तथा ॥४४॥
अष्टाङ्गुलं वहेद्वायुरनलश्चतुरङ्गुलम् ।
द्वादशाङ्गुलमाहेयं षोडशाङ्गुलवारुणम् ॥ ४५ ॥
आपः श्वेताः क्षितिः पीता रक्तवर्णो हुताशनः ।
मारुतो नीलजीमूत आकाशं भूरिवर्णकम् ॥ ४६ ॥
स्कन्धदेशे स्थितो वह्निर्नाभिमूले प्रभञ्जनः ।
जानुदेशे मही तोयं पादान्ते मस्तके नभः ॥४७॥
ऊर्द्ध्वं मृत्युरधः शान्तिस्तिर्यगुच्चाटनं तथा ।
मध्ये स्तम्भं विजानीयान्नभः सर्वत्र मध्यमम् ॥४८॥
पृथिव्यां स्थिरकर्माणि चरकर्माणि वारुणे ।
तेजसा समकार्याणि मारणोच्चाटनेऽनिले ॥४९॥
व्योम्नि किञ्चिन्न कर्तव्यमभ्यसेद्योगसेवया ।
शून्यता सर्वकार्येषु नात्र कार्या विचारणा ॥५०॥
पृथ्वीजलाभ्यां सिद्धिः स्यान्मृत्युर्वह्नौ क्षयोऽनिले ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

नाभसे निष्फलं सर्वं ज्ञातव्यं तत्ववेदिभिः ॥५१॥
चिरलाभः क्षितौ ज्ञेयस्तत्क्षणात्तोयतत्वतः ।
हानिः स्याद्वह्निवाताभ्यां नभसो निष्फलं भवेत् ॥५२॥
यः समीरः समरसः सर्वतत्वगुणावहः ।
अम्बरं तं विजानीयाद् योगिनां योगदायकम् ॥५३॥
वर्णकारं खादुवाहमव्यक्तं सर्वगामि च ।
मोक्षदं व्योमतत्वं हि सर्वकार्येषु निष्फलम् ॥५४॥
आपः पूर्वे पश्चिमे हि पृथ्वी तेजश्च दक्षिणे ।
वायुरुत्तरदिग्भागे मध्यकोणे गतं नभः ॥ ५५ ॥
चन्द्रे पृथ्वी जले स्यातां सूर्ये चाग्निर्यदा भवेत् ।
तदा सिद्धिर्न सन्देहः सौम्यासौम्येषु कर्मसु ॥ ५६ ॥
जीवितव्ये जये लाभे कृष्यां च धनकर्षणे ।
मन्त्रार्थे युद्धप्रश्ने च गमनाऽऽगमने तथा ॥ ५७ ॥
आयाति वारुणे तत्वे तत्रस्थोऽपि शुभं क्षितौ ।
प्रयाति वायुतोऽन्यत्र हानिर्मृत्युर्नभोऽनले ॥ ५८ ॥
पृथिव्यां मूलचिन्ता स्याज्जीवस्य जलवातयोः ।
तेजसा धातुचिन्ता स्याच्छून्यमाकाशतो वदेत् ॥५९॥
पृथिव्यां बहुपादाः स्युर्द्विपदास्तोयवायुतः ।
तेजसा च चतुष्पादा नभसा पादवर्जिताः ॥ ६० ॥
कुजो वह्नी रविः पृथ्वी शौरिरापः प्रकीर्तिताः ।
वायुस्थानस्थितो राहुर्दशरन्ध्रप्रवाहकः ॥ ६१ ॥
जलं चन्द्रो बुधः पृथ्वी गुरोर्वातः सितोऽनलः ।
वामनाड्यां स्थिताः सर्वे सर्वकार्येषु निश्चिताः ॥६२॥
तुष्टिः पुष्टीरतिः क्रीडा जयो हास्यं धराजले ।
तेजो वायुश्च सुप्ताक्षः ज्वरकम्पः प्रवासिनः ॥ ६३ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

गतायुर्मृत्युराकाशो चन्द्रावस्थाः प्रकीर्तिताः ।
द्वादशैताः प्रयत्नेन ज्ञातव्या देशिकोत्तमैः ॥ ६४ ॥
पूर्वस्यां पश्चिमे याम्ये उत्तरायां यथाक्रमम् ।
पृथिव्यादीनि भूतानि बलिष्ठानि विनिर्दिशेत् ॥ ६५ ॥
पृथिव्यापस्तथा तेजो वायुराकाशमेव च ।
पञ्चभूतात्मकं देहं ज्ञातव्यञ्च वरानने ! ॥ ६६ ॥
अस्थि मांसं त्वचा नाडी रोमश्चैव तु पञ्चमम् ।
पृथ्वी पञ्चगुणोपेता ब्रह्मज्ञानेन भाषितम् ॥ ६७ ॥
शुक्रशोणितमज्जाश्च लालामूत्रञ्च पञ्चमम् ।
आपः पञ्चगुणाः प्रोक्ताः ब्रह्मज्ञानेन भाषितम् ॥६८॥
क्षुधा तृष्णा तथा निद्रा शान्तिरालस्यमेव च ।
तेजः पञ्चगुणं प्रोक्तं ब्रह्मज्ञानेन भाषितम् ॥ ६९ ॥
धारणं चालनं क्षेप्यं सङ्कोचनप्रसारणे ।
वायोः पञ्चगुणाः प्रोक्ता ब्रह्मज्ञानेन भाषितम् ॥७०॥
रागद्वेषौ तथा लज्जा भयं मोहश्च पञ्चमः ।
नभः पञ्चगुणं प्रोक्तं ब्रह्मज्ञानेन भाषितम् ॥७१॥
पृथ्वीपलानि पञ्चाशच्चत्वारिंशदपस्तथा ।
तेजस्त्रिंशद्विजानीयाद्वायोर्विंशति दिङ्नभः ॥७२॥
पार्थिवे चिरकालेन लाभश्चाप्सु क्षणाद्भवेत् ।
जायते पवनाच्छल्पः सिद्धोऽप्यग्नौ विनश्यति ॥ ७३ ॥
वह्निवाय्वोः कृते प्रश्ने लाभाऽलाभौ वदेद्बुधः ।
परतो वारुणे लाभः स्थिरेण च वसुन्धरे ॥
ज्ञातव्यं जीवने शून्यं सिद्धो व्योम्नि विनश्यति ॥७४॥
पृथ्व्याः पञ्च अपां वेदाः गुणास्तेजो द्विवायुतः ।
नभ एकगुणश्चैव तत्त्वज्ञानमिदं भवेत् ॥ ७५ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

फूत्कारकृत्प्रस्फुटिता विदीर्णा पतिता धरा ।
ददाति सर्वकार्येषु अवस्थासदृशं फलम् ॥ ७६ ॥
जन्मान्तरीयसंस्कारात्प्रसादादथवा गुरोः ।
केषाञ्चिज्जायते तत्त्वे वासना विमलात्मनाम् ॥७७॥
भरणी कृत्तिका पुष्या मघा पूर्वा च फाल्गुनी ।
पूर्वभाद्रपदः स्वातिस्तेजस्तत्त्वमिति प्रिये ॥ ७८ ॥
विशाखोत्तरफाल्गुन्यौ हस्ता चित्रा पुनर्वसुः ।
अश्विनी मृगशीर्षा च वायुतत्त्वमुदाहृतम् ॥ ७९ ॥
पूर्वाषाढा तथाश्लेषा मूलमार्द्रा च रोहिणी ।
उत्तरभाद्रपदस्तोयतत्त्वं शतभिषा प्रिये ॥ ८० ॥
धनिष्ठा रेवती ज्येष्ठाऽनुराधा श्रवणस्तथा ।
अभिजिच्चोत्तराषाढा पृथ्वीतत्त्वमुदाहृतम् ॥ ८१ ॥
तत्त्वज्ञानी नरो यत्र धनं नास्ति ततः परम् ।
तत्त्वज्ञानेन गमयेदनायासफलं भवेत् ॥ ८२ ॥

(नाडीत्रयभेदाः)

चन्द्रसूर्ययोरभ्यासं ये कुर्वन्ति सदा नराः ।
अतीतानागतज्ञानं तेषां हस्तगतम्भवेत् ॥ ८३ ॥

(इड़ा)

स्थिरकर्मण्यलङ्कारे दूराध्वगमने तथा ।
आश्रमे हर्म्यप्रासादे वस्तूनां सङ्ग्रहेऽपि च ॥ ८४ ॥
वापीकूपतड़ागादिप्रतिष्ठा स्तम्भदेवयोः ।
यात्रादाने विवाहे च वस्त्रालङ्कारभूषणे ॥ ८५ ॥
शान्तिकं पौष्टिकञ्चैव दिव्यौषधिरसायने ।
स्वस्वामिदर्शने मैत्रे वाणिज्ये धनसंग्रहे ॥ ८६ ॥
गृहप्रवेशे सेवायां कृष्यां वीजादिवापने ।
शुभकर्मणि सन्धौ च निर्गमे च शुभः शशी ॥ ८७ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(पिङ्गला)

कठिनक्रूरविद्यानां पठने पाठने तथा।
शास्त्राभ्यासे च गमने मृगयापशुविक्रये ॥ ८८ ॥
गीत्यभ्यासे तन्त्रयन्त्रे दुर्गपर्वतरोहणे।
द्यूते चौर्ये गजाश्वादिरथवाहनसाधने ॥ ८९ ॥
व्यायामे मारणोच्चाटे षट्कर्मादिकसाधने।
यक्षिणीयक्षवेतालविषभूतादिसङ्ग्रहे ॥ ९० ॥
नदीजलौघतरणे भेषजे लिपिलेखने।
मारणे मोहने स्तम्भे विद्वेषोच्चाटने वशे ॥ ९१ ॥
खड्गहस्ते वैरयुद्धे भोगे वा राजदर्शने।
भोज्ये स्नाने व्यवहारे क्रूरे दीप्ते रविः शुभः ॥ ९२ ॥

(सुषुम्ना।)

क्षणं वामे क्षणं दक्षे यदा वहति मारुतः।
सुषुम्णा सा च विज्ञेया सर्वकार्यहरा स्मृता ॥ ९३ ॥
तस्यां नाड्यां स्थितो वह्निर्ज्वलन्तं कालरूपिणम्।
विषुवन्तं विजानीयात्सर्वकार्यविनाशनम् ॥ ९४ ॥
यदानुक्रममुल्लङ्घ्य यस्य नाडीद्वयं वहेत्।
तदा तस्य विजानीयादशुभं समुपस्थितम् ॥ ९५ ॥
जीविते मरणे प्रश्ने लाभालाभौ जयाजयौ।
विषुवे वैपरीत्यं स्यात्संस्मरेज्जगदीश्वरम् ॥ ९६ ॥
ईश्वरस्मरणं कार्यं योगाभ्यासादिकर्मसु।
अन्यत्तत्र न कर्त्तव्यं जयलाभसुखार्थिभिः ॥ ९७ ॥
वहन्नाडीस्थितो दूतो यत्पृच्छति शुभाशुभम्।
तत्सर्वं सिद्धिमायाति शून्ये शून्यं न संशयः ॥ ९८ ॥
इडायाश्च प्रवाहेण सौम्यकार्याणि कारयेत्।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

पिङ्गलायाः प्रवाहेण रौद्रकर्माणि कारयेत् ॥ ९९ ॥
सुषुम्णायाः प्रवाहेण सिद्धिमुक्तिफलानि च ।
चन्द्रः समस्तु विज्ञेयो रविस्तु विषमः सदा ॥ १०० ॥
चन्द्रः स्त्री पुरुषः सूर्यश्चन्द्रो गौरो रविः सितः ।
इड़ा पिङ्गला सुषुम्णास्तिस्रो नाड्यः प्रकीर्तिताः ॥१०१॥
आदौ चन्द्रः सिते पक्षे भास्करस्तु सितेतरे ।
प्रतिपत्तो दिनान्याहुस्त्रीणि त्रीणि क्रमोदये ॥ १०२॥
सार्द्धद्विघटिका ज्ञेया शुक्ले कृष्णे शशी रविः ।
वहत्येकदिनेनैव यथा षष्टिघटिक्रमात् ॥ १०३ ॥
वहेत्तावद् घटीमध्ये पञ्चतत्वानि निर्दिशेत् ।
प्रतिपत्तो दिनान्याहुर्विपरीते विपर्ययः ॥ १०४ ॥
शुक्लपक्षे वहेद्वामा कृष्णपक्षे च दक्षिणा ।
जानीयात् प्रतिपत् पूर्वं योगी तद्गतमानसः ॥ १०५ ॥
उदयश्चन्द्रमार्गेण सूर्येणास्तं गतो यदि ।
ददाति गुणसंघातं विपरीते विपर्ययम् ॥ १०६ ॥
शशाङ्कं वारयेद्रात्रौ दिवा वार्यो दिवाकरः ।
इत्यभ्यासे रतो योगी स योगी नात्र संशयः ॥ १०७ ॥
सूर्येण बध्यते सूर्यश्चन्द्रश्चन्द्रेण बध्यते ।
यो जानाति क्रियामेतां त्रैलोक्यं वशयेत् क्षणात्॥१०८॥
गुरुशुक्रबुधेन्दूनां वासरे वामनाडिका ।
सिद्धिदा सर्वकार्येषु शुक्लपक्षे विशेषतः ॥ १०९ ॥
अर्काङ्गारकशौरीणां वासरे सव्यनाडिका ।
स्मर्तव्या चरकार्येषु कृष्णपक्षे विशेषतः ॥ ११० ॥
एकैकस्य घटीपञ्च क्रमेणैवोदयत्यपि ।
क्रमादेकैकनाड्यान्तु तत्त्वानां पृथगुद्भवः ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

अहोरात्रस्य मध्ये तु ज्ञेया द्वादशसंक्रमाः ॥ १११ ॥
वृषकर्कटकन्याऽलिमृगमीने निशाकरः ।
मेषे सिंहे च धनुषि तुलायां मिथुने घटे ॥ ११२ ॥
उदयो दक्षिणे ज्ञेयः शुभाशुभविनिर्णयः ।
तिष्ठेत्पूर्वोत्तरे चन्द्रः सूर्यो दक्षिणपश्चिमे ॥ ११३ ॥
वामाचारप्रवाहेण न गच्छेत्पूर्वकोत्तरे ।
दक्षनाड़ीप्रवाहे तु न गच्छेद् याम्यपश्चिमे ॥ ११४ ॥
दक्षिणे यदि वा वामे यत्र संक्रमते शिवः ।
तत्पादमग्रतः कृत्वा निःसरेन्निजमन्दिरात् ॥ ११५ ॥
चन्द्रः समपदः कार्यो रविस्तु विषमः सदा ।
पूर्णपादं पुरस्कृत्य यात्रा भवति सिद्धिदा ॥ ११६ ॥
गुरु-बन्धु-नृपामात्या अन्येऽपीप्सितदायिनः ।
पूर्णाङ्गे खलु कर्तव्या कार्यसिद्धिमभीप्सता ॥ ११७ ॥
आसने शयने वापि पूर्णाङ्गे विनिवेशिताः ।
वशीभवन्ति कामिन्यो न कर्मनियमान्तरम् ॥ ११८ ॥
अरिचौराऽधमाद्याश्च अन्ये उत्पातविग्रहाः ।
कर्तव्या खलु रिक्ताङ्गे जयलाभसुखार्थिभिः ॥ ११९ ॥
दूरदेशे विधातव्यं गमनं तुहिनद्युतौ ।
अभ्यर्णदेशे दीप्ते तु तरणाविति केचन ॥ १२० ॥
शून्यनाड्यां रिपुं जेतुं यत्पूर्वं प्रतिपादितम् ।
जायते नान्यथा चैव यथा सर्वज्ञभाषितम् ॥ १२१ ॥
अग्रतो वामिका श्रेष्ठा पृष्ठतो दक्षिणा शुभा ।
वामे तु वामिका प्रोक्ता दक्षिणे दक्षिणा स्मृता ॥ १२२ ॥
पुरो वामोर्द्ध्वतश्चन्द्रो दक्षाधः पृष्ठतो रविः ।
पूर्णरिक्तविवेकोऽयं ज्ञातव्यो दर्शकैः सदा ॥ १२३ ॥
ऊर्द्ध्ववामाग्रतो दूतो ज्ञेयो वामपथि स्थितः ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

पृष्ठदक्षे तथाधस्तात् सूर्यवाहगतः शुभः ॥ १२४ ॥
विषमाङ्के दिवारात्रौ विषमाङ्के दिनाधिपः ।
चन्द्रनेत्राग्नितत्त्वेषु वन्ध्या पुत्रमवाप्नुयात् ॥ १२५ ॥
पिङ्गलायां स्थितो जीवो बामे दूतश्च पृच्छति ।
तदापि म्रियते रोगी यदि त्राता महेश्वरः ॥ १२६ ॥
दक्षिणेन यदा वायुर्दुःखं रौद्राक्षरं वदेत् ।
तदा जीवति जीवोऽसौ चन्द्र समफलं भवेत् ॥१२७॥
जीवाकारं च वा धृत्वा जीवाकारं विलोकयन् ।
जीवस्थो जीवितं पृच्छेत्तस्माज्जीवन्ति ते ध्रुवम्॥१२८॥
आदौ शून्यगतं पृच्छेत्पश्चात् पूर्णो विशेद्यदि ।
मूर्च्छितोऽपि ध्रुवं जीवेद्यदर्थं परिपृच्छति ॥ १२९ ॥
विपरीताक्षरं प्रश्ने रिक्तायां पृच्छको यदि ।
विपर्ययश्च विज्ञेयं विषमस्योदये सति ॥ १३० ॥
ओङ्कारः सर्ववर्णानां ब्रह्माण्डे भास्करो यथा ।
मर्त्यलोके तथा पूज्यः स्वरज्ञानी पुमानपि ॥ १३१ ॥
एकाक्षरप्रदातारं नाडीभेदनिवेदकम् ।
पृथिव्यां नास्ति तद्द्रव्यं यद्दत्त्वा चानृणी भवेत् ॥ १३२ ॥

(स्वरसाधनफलम्)

इडा गङ्गेति विज्ञेया पिङ्गला यमुना नदी ।
मध्ये सरस्वतीं विद्यात् प्रयागादि समंततः ॥ १३३ ॥
कायनगरमध्ये तु मारुतः क्षितिपालकः ।
भोजने बंचने चैव गतिरष्टादशाङ्गुला ॥ १३४ ॥
प्रवेशे दशभिः प्रोक्ता निर्गमे द्वादशाङ्गुला ।
प्राणस्थेषु गतिर्देवि! स्वभावाद्द्वादशाङ्गुला ॥ १३५ ॥
गमने च चतुर्विंशा नेत्रवेदास्तु धावने ।
मैथुने पञ्चषष्टिश्च शयने च शताङ्गुला ॥ १३६ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

एकाङ्गुलकृते न्यूने प्राणे निष्कामता मता ।
आनन्दस्तु द्वितीये स्यात्कविशक्तिस्तृतीयके ॥ १३७ ॥
वाचः सिद्धिश्चतुर्थे तु दूरदृष्टिस्तु पञ्चमे ।
षष्ठे त्वाकाशगमनं चण्डवेगश्च सप्तमे ॥ १३८ ॥
अष्टमे सिद्धयश्चाष्टौ नवमे निधयो नव ।
दशमे दशमूर्त्तिश्च छायानाशो दशैकके ॥ १३९ ॥
द्वादशे हंसचारश्च गङ्गामृतरसं पिवेत् ।
आनखाग्रे प्राणपूर्णे कस्य भक्ष्यञ्च भोजनम् ॥१४०॥
एवं प्राणविधिः प्रोक्तः सर्वकार्ये फलप्रदः ।
ज्ञायते गुरुवाक्येन न विद्याशास्त्रकोटिभिः ॥ १४१ ॥
अध्यात्मसिद्धिश्च तथाऽधिभूत-
सिद्धिः परास्यादधिदैवनाम्नी ।
एव चतस्रः किलसिद्धयः स्युः
प्रोक्तास्तथान्या सहजा तुरीया ॥ १४२ ॥
आसां प्राप्त्यौपयिका यत्ना वहवो विनिर्दिष्टाः ।
मन्त्रः तपः स्वराद्याः प्राप्याः सर्वाः स्वरोदयेनैव ॥१४३॥
तत्त्वज्ञानोपलब्धिश्च प्राणानाञ्चैव निघ्नता ।
मनोजयश्च जायन्ते स्वरविज्ञानतः स्फुटम् ॥ १४४ ॥
तत्साधनक्रियाः पूर्वं सिद्धिप्राप्तिस्तथा ततः ।
अन्ये च विषया नूनं संक्षेपेणोपवर्णिताः ॥ १४५ ॥
प्राणान् संयम्य संप्राप्य तत्त्वज्ञानं हि योगिनः ।
स्वरोदयस्य साहाय्यात्प्राप्नुवन्ति यथेच्छताम् ॥१४६॥
सर्वकार्यविधाने वै शक्तिमन्तोऽपि योगिनः ।
ज्ञानवैराग्यसाहाय्यान्नकिञ्चिदपि कुर्वते ॥१४७॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

अथ प्रत्याहारवर्णनम् ।

यथा कूर्मो निजाङ्गानि समाकुञ्च्य प्रयत्नतः ।
प्रापय्यादृश्यतां तेषां निश्चिन्तस्तिष्ठति ध्रुवम् ॥ १ ॥
इन्द्रियेभ्योऽपनीयाथ मनःशक्तिं तथा दृढम् ।
अन्तर्मुखविधानं यत्प्रत्याहारः प्रकथ्यते ॥ २ ॥
अन्तर्जगद्‌द्वारभूतः प्रत्याहारोऽस्ति तेन वै ।
आन्यान्युच्चैः साधनानि लभ्यन्त इह योगिभिः ॥३॥
शाम्भवीमुद्रयाभ्यासः प्रत्याहारस्य जायते ।
सिद्धये चास्य विविधाः क्रियाः प्रोक्ता मनीषिभिः॥४॥
सिद्धन्मुखेऽस्मिन्नादस्य प्रारम्भः किल जायते ।
यत्साहाय्यात्प्राप्यते हि समाधिरपि साधकैः ॥
अतोऽस्य महिमानन्त्यं मुक्तकण्ठं प्रगीयते ॥ ५ ॥
शब्दादिविषयाः पञ्च मनश्चैवातिचञ्चलम् ।
चिन्तयेदात्मनो रश्मीन् प्रत्याहारः स उच्यते ॥ ६ ॥
जगद् यद् दृश्यते सर्वं पश्येदात्मानमात्मनि ।
प्रत्याहारः स च प्रोक्तो योगविद्भिर्महात्मभिः ॥७॥
पादाङ्गुष्ठौ च गुल्फौ च जङ्घा मध्यौ तथैव च ।
चित्योर्मूलं च जान्वोश्च मध्ये चोरुभयस्य च ॥ ८ ॥
पायुमूलं ततः पश्चाद् देहमध्यञ्च मेढ्रकम् ।
नाभिश्च हृदयं गार्गि कण्ठकूपस्तथैव च ॥ ९ ॥
तालुमूलञ्च नासाया मूलञ्चाक्ष्णोश्च मण्डले ।
भ्रुवोर्मध्यं ललाटं च मूर्द्धा च मुनिपुङ्गवे ॥१०॥
स्थानेष्वेतेषु मनसा वायुमारोप्य धारयेत् ।
स्थानात् स्थानं समाकृष्य प्रत्याहारपरायणः ॥११॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(प्रत्याहारफलकथनम्)

भोजनान्ते श्मशानान्ते मैथुनान्ते च या मतिः ।
सा मतिः सर्वदा चेत्स्यात् को न मुच्येत बन्धनात् ॥१२॥
दशेयं परमा प्रोक्ता प्रत्याहारस्य योगिभिः ।
तैरेव चानुभूयन्त एताः सुखकराः दशाः ॥ १३ ॥
प्रत्याहारस्य विविधां क्रियामुपदिशन्ति वै ।
गुरवो योगतत्त्वज्ञाः शिष्यानन्तिर्मुखीणकान्॥१४॥
निष्पन्ने श्रूयते नादः प्रत्याहारस्य साधने ।
अन्तर्जगत्प्रवेशाय स स्याद्राजपथोपमः ॥१५॥

(नादानुसंधानम्)

मनोन्मन्यै नमस्तुभ्यं महाशक्त्यै चिदात्मने ।
अशक्यतत्त्वबोधानां मूढानामपि सम्मतम् ॥१६॥
श्रीआदिनाथेन सपादकोटि-
लयप्रकारा कथिता जयन्ति ।
नादानुसन्धानकमे कमे च
मण्यामहे मुख्यतमं लयानाम् ॥१७॥
मुक्तासने स्थितो योगी मुद्रां सन्धाय शाम्भवीम् ।
शृणुयाद्दक्षिणे कर्णे नादमन्तस्थमेकधीः ॥१८॥
श्रवणपुटनयनयुगलघ्राणमुखानां निरोधनं कार्यम् ।
शुद्धसुषुम्णासरणौ स्फुटममलः श्रूयते नादः ॥१९॥
आरम्भश्च घटश्चैव तथा परिचयोऽपि च ।
निष्पत्तिः सर्वयोगेषु स्यादवस्था चतुष्टयी ॥२०॥

(आरम्भावस्था)

ब्रह्मग्रन्थेर्भवेद्भेदो ह्यानन्दः शून्यसम्भवः ।
विचित्रः क्वणको देहे नाहतः श्रूयते ध्वनिः ॥२१॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

दिव्यदेहश्च तेजस्वीः दिव्यगन्धस्त्वरोगवान् ।
सम्पूर्णहृदयः शून्य आरम्भो योगवान् भवेत् ॥२२॥

(घटावस्था)

द्वितीयायां घटीकृत्य वायुर्भवति मध्यगः ।
दृढासनो भवेद्योगी ज्ञानी देवसमस्तदा ॥२३॥
विष्णुग्रन्थेस्ततो भेदात् परमानन्दसूचकः ।
अतिशून्ये विमर्दश्च भेरीशब्दस्तथा भवेत् ॥२४॥

(परिचयावस्था)

तृतीयायां तु विज्ञेयो विहायोमर्दलध्वनिः ।
महाशून्यं तदायाति सर्वसिद्धिसमाश्रयम् ॥२५॥

(निष्पत्त्यवस्था)

चित्तानन्दं तदा जित्वा सहजानन्दसम्भवः ।
दोषदुःखजराव्याधिक्षुधानिद्राविवर्जितः ॥२६॥
रुद्रग्रन्थिं यदा भित्त्वा सर्वपीठगतोऽनिलः ।
निष्पत्तौ वैष्णवः शब्दः क्वणद्वीणाक्वणो भवेत् ॥२७॥

नादानुसन्धानसमाधिभाजां
योगीश्वराणां हृदि वर्धमानम् ।
आनन्दमेकं वचसामगम्यं
जानाति तं श्रीगुरुनाथ एकः ॥२८॥

कर्णौ पिधाय हस्ताभ्यां यः शृणोति ध्वनिं मुनिः ।
तत्र चित्तं स्थिरीकुर्याद्यावत्स्थिरपदं व्रजेत् ॥२९॥
अभ्यस्यमानो नादोऽयं बाह्यमावृणुते ध्वनिम् ।
पश्चाद् विक्षेपमखिलं जित्वा योगी सुखी भवेत् ॥३०॥
श्रूयते प्रथमाभ्यासे नादो नानाविधो महान् ।
ततोऽभ्यासे वर्धमाने श्रूयते सूक्ष्मसूक्ष्मकः ॥३१॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

आदौ जलधिजीमूतभेरीझर्झरसम्भवाः ।
मध्ये मर्दलशङ्खोत्था घण्टाकाहलजास्तथा ॥३२॥
अन्ते तु किङ्किणी-वंशी-वीणा-भ्रमर-निस्वनाः ।
इति नानाविधा नादाः श्रूयन्ते देहमध्यगाः ॥३३॥
महति श्रूयमाणेऽपि मेघभेर्यादिके ध्वनौ ।
तत्र सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं देवनाम परामृशेत् ॥३४॥
घनमुत्सृज्य वा सूक्ष्मे सूक्ष्ममुत्सृज्य वा घने ।
रममाणोऽपि क्षिप्तं च मनो नान्यत्र चालयेत् ॥३५॥
यत्र कुत्रापि वा नादे लगति प्रथमं मनः ।
तत्रैव सुस्थिरीभूय तेन सार्द्धं विलीयते ॥३६॥
मकरन्दं पिबेद्भृङ्गी गन्धं नापेक्षते यथा ।
नादासक्तं यथा चित्तं विषयान्न हि काङ्क्षति ॥३७॥
मनोमत्तगजेन्द्रस्य विषयोद्यानचारिणः ।
नियन्त्रणे समर्थोऽयं निनादनिशिताङ्कुशः ॥३८॥
बद्धन्तु नादबन्धेन मनः संत्यक्तचापलम् ।
प्रयाति सुतरां स्थैर्यं छिन्नपक्षः खगो यथा ॥३९॥
सर्वचिन्तां परित्यज्य सावधानेन चेतसा ।
नादएवाऽनुसन्धेयो योगसाम्राज्यमिच्छता ॥४०॥
नादोऽन्तरङ्गसारङ्गबन्धने वागुरायते ।
अन्तरङ्गकुरङ्गस्य वधे व्याधायतेऽपि च ॥४१॥
अन्तरङ्गस्य यमिनो वाजिनः परिघायते ।
नादोपास्तिरतो नित्यमवधार्या हि योगिना ॥४२॥
बद्धं विमुक्तचाञ्चल्यं नादगन्धकजारणात् ।
मनः पारदमाप्नोति निरालम्बाख्यखेऽटनम् ॥४३॥
नादश्रवणतः क्षिप्रमन्तरङ्गभुजङ्गमः ।
विस्मृत्य सर्वमेकाग्रः कुत्रचिन्न हि धावति ॥४४॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

काष्ठे प्रवर्तितो वह्निः काष्ठेन सह शाम्यति ।
नादे प्रवर्तितं चित्तं नादेन सह लीयते ॥४५॥
घण्टादिनादसक्तस्तब्धान्तःकरणहरिणस्य ।
प्रहरणमपि सुकरं शरसन्धानप्रवीणश्चेत् ॥४६॥
अनाहतस्य शब्दस्य ध्वनिर्य उपलभ्यते ।
ध्वनेरन्तर्गतं ज्ञेयं ज्ञेयस्यान्तर्गतं मनः ॥
मनस्तत्र लयं याति तद्विष्णोः परमं पदम् ॥४७॥
तावदाकाशसङ्कल्पो यावच्छब्दः प्रवर्तते ।
निश्शब्दं तत् परं ब्रह्म परमात्मेति गीयते ॥४८॥
यत्किञ्चिन्नादरूपेण श्रूयते शक्तिरेव सा ।
यस्तत्त्वान्तो निराकारः स एव परमेश्वरः ॥४९॥
प्रत्याहारादासमाधेर्नादभूमिः प्रकीर्त्तिता ।
नादश्रुतेः क्रमोन्मेषो जायते क्रमशस्तथा ॥५०॥
अन्तर्जगत्यग्रसराः साधकाः स्युर्यथा यथा ।
नाद एव महद्ब्रह्म परमात्मा परः पुमान् ॥५१॥

अथ धारणावर्णनम् ।

अन्तर्जगत्समासाद्य पञ्चतत्त्वेषु कुत्रचित् ।
सूक्ष्मप्रकृतिभावेषु यदा शक्नोति योगवित् ।
आधातुमन्तःकरणं तदा सा धारणा भवेत् ॥ १ ॥
अनया वशयत्येवान्ताराज्यं योगवित्सदा ।
पञ्चधारणमुद्राभिः पञ्चतत्त्वाधिकारवान् ॥ २ ॥
गुरूपदेशलभ्या या परा वै धारणा क्रिया ।
प्राप्यन्ते शक्तयस्ताभिर्विविधाः साधकैः पराः ॥ ३ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

स्नेहपूर्णे यथा पात्रे मन आधाय निश्चलम् ।
पुरुषो युक्त आरोहेत् सोपानं युक्तमानसः ॥ ४ ॥
सुस्थेयं क्षुरधारासु निशितासु महीपते ।
धारणासु तु योगस्य दुःस्थेयमकृतात्मभिः ॥ ५ ॥
भूमिरापस्तथा तेजो वायुराकाश एव च ।
एतेषु पञ्चभूतेषु धारणा पञ्चधेष्यते ॥ ६ ॥
पादादिजानुपर्यन्तं पृथ्वीस्थानं प्रकीर्तितम् ।
आ जान्वोः पायुपर्यन्तमपां स्थानं प्रकीर्तितम् ॥ ७ ॥
आ पायोर्हृदयान्तञ्च वह्निस्थानमुदाहृतम् ।
आ हृन्मध्याद्भ्रुवोर्मध्यं यावद्वायुस्थलं स्मृतम् ॥ ८ ॥
आ भ्रूमध्यात्तुमूर्द्धान्तं यावदाकाशमिष्यते ।
मुनिश्रेष्ठः साधयेत्तत् पञ्चधारणमुद्रया ॥ ९ ॥
मेधावी पञ्चभूतानां धारणं यः समभ्यसेत ।
ब्रह्मशतगतेनापि मृत्युस्तस्य न विद्यते ॥ १० ॥

(षट्चक्रभेद-कथनम्)

(मूलधारपद्मम्)

अथाधारपद्मं सुषुम्नास्यलग्नं
ध्वजाधो गुदोर्द्धं चतुःशोणपत्रम् ।
अधोवक्त्रमुद्यत्सुवर्णाभवर्णै
र्वकारादिसान्तैर्युतं वेदवर्णैः ॥ ११ ॥
अमुष्मिन् धरायाश्चतुष्कोणचक्रं
समुद्भासि शूलाष्टकैरावृतं तत् ।
लसत्पीतवर्णं तडित्कोमलाङ्गं
तदन्तः समास्ते धरायाः स्वबीजम् ॥ १२ ॥

SRI JAGADGURU VISHWARADHYA JNANA SIMHASAN JNANAMANDIR LIBRARY, Jangamwadi Math, VARANASI
CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

वज्राख्या वक्त्रदेशे विलसति सततं कर्णिकामध्यसंस्थं
कोणं तत्त्रैपुराख्यं तड़िदिव विलसत् कोमलं कामरूपम्।
कन्दर्पो नाम वायुर्निवसति सततं तस्य मध्ये समन्तात्
जीवेशो बन्धुजीवप्रकरमभिहसन् कोटिसूर्यप्रकाशः॥१३॥
तन्मध्ये लिङ्गरूपी द्रुतकनककलाकोमलः पश्चिमास्यो
ज्ञानध्यानप्रकाशः प्रथमकिशलयाकाररूपः स्वयम्भुः।
भिद्यत्पूर्णेन्दुबिम्बप्रकरकरचयस्निग्धसन्तानहासी
काशीवासीविलासीविलसतिसरिदावर्तरूपप्रकारः॥१४॥
अस्योर्द्ध्वे विषतन्तुसोदरलसत्सूक्ष्माजगन्मोहिनी
ब्रह्मद्वारमुखं मुखेन मधुरं साच्छादयन्ती स्वयम्।
शङ्खावर्तनिभा नवीनचपलामालाविलासास्पदा
सुप्ता सर्पसमा शिरोपरि लसत्सार्द्धत्रिवृत्ताकृतिः॥१५॥
मूलपद्मं यथा ध्यायेत् योगी स्वयम्भुलिङ्गकम्।
तदा तत्क्षणमात्रेण पापौघं नाशयेद् ध्रुवम् ॥ १६ ॥
यद्यत्कामयते चित्ते तत्तत्फलमवाप्नुयात्।
निरन्तरकृताभ्यासात् तं पश्यति विमुक्तिदम् ॥१७॥
बहिरभ्यन्तरे श्रेष्ठं पूजनीयं प्रयत्नतः।
ततः श्रेष्ठतमं ह्येतन्नान्यदस्ति मतं मम ॥ १८ ॥
आत्मसंस्थं शिवं त्यक्त्वा बहिःस्थं यः समर्चयेत्।
हस्तस्थं पिण्डमुत्सृज्य भ्रमते जीविताशया ॥ १९ ॥
आत्मलिङ्गार्चनं कुर्य्यान्नालस्यं च दिने दिने।
तस्य स्यात्सकला सिद्धिर्नात्रकार्य्या विचारणा॥२०॥
निरन्तरकृताभ्यासात् षण्मासात् सिद्धिमाप्नुयात्।
तस्य वायुप्रवेशोऽपि सुषुम्णायां भवेद्ध्रुवम् ॥ २१ ॥
मनोजयं च लभते वायुबिन्दुविधारणम्।
ऐहिकामुष्मिकी सिद्धिर्भवेन्नैवात्र संशयः॥ २२ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(स्वाधिष्ठानपद्मम्)

द्वितीयं तु सरोजं यल्लिङ्गमूले व्यवस्थितम् ।
तद्वादिलान्तषड्वर्णं परिभास्वरषड्दलम् ॥ २३ ॥
स्वाधिष्ठानमिदं तत्तु पङ्कजं शोणरूपकम् ।
बालाख्यो यत्र सिद्धोऽस्ति देवी यत्रास्ति राकिणी॥२४॥
यो ध्यायति सदा दिव्यं स्वाधिष्ठानारविन्दकम् ।
तस्य कामाङ्गनाः सर्वा भजन्ते काममोहिताः ॥ २५ ॥
विविधं चाश्रुतं शास्त्रं निश्शङ्को वै वदेद्ध्रुवम् ।
सर्वरोगविनिर्मुक्तो लोके चरति निर्भयः ॥ २६ ॥
मरणं खाद्यते तेन स केनापि न खाद्यते ।
तस्य स्यात् परमा सिद्धिरणिमादिगुणान्विता ॥ २७ ॥
वायुसंचरणाद्देहे रसवृद्धिर्भवेद्ध्रुवम् ।
आकाशपङ्कजगलत् पीयूषमपि वर्धते ॥ २८ ॥

(मणिपूरपद्मम्)

तृतीयं पङ्कजं नाभौ मणिपूरकसंज्ञकम् ।
दशारं डादिफान्तार्णं शोभितं हेमवर्णकम् ॥ २९ ॥
रुद्राख्यो यत्र सिद्धोऽस्ति सर्वमङ्गलदायकः ।
तत्रस्था लाकिनीनाम्नी देवी परमधार्मिका ॥ ३० ॥
तस्मिन् ध्यानं सदा योगी करोति मणिपूरके ।
तस्य पातालसिद्धिः स्यान्निरन्तरसुखावहा ॥ ३१ ॥
ईप्सितं च भवेल्लोके दुःखरोगविनाशनम् ।
कालस्य वञ्चनं चापि परकायप्रवेशनम् ॥ ३२ ॥
जाम्बूनदादिकरणं सिद्धानां दर्शनं भवेत् ।
औषधीदर्शनञ्चापि निधीनां दर्शनं तथा ॥ ३३ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(अनाहतपद्मम्)

हृदयेऽनाहतं नाम चतुर्थं पङ्कजं भवेत् ।
कादितान्तार्णसंस्थानं द्वादशच्छदशोभितं ॥ ३४ ॥
अतिशोणं वायुबीजं प्रसादस्थानमीरितम् ।
पद्मस्थं तत्परं तेजो बाणलिङ्गं प्रकीर्त्तितम् ॥ ३५ ॥
तस्य स्मरणमात्रेण दृष्टादृष्टफलं लभेत् ।
सिद्धः पिनाकी यत्रास्ते काकिनी यत्र देवता ॥ ३६॥
एतस्मिन् सततं ध्यानं हृत्पाथोजे करोति यः ।
क्षुभ्यन्ते तस्य कान्ता वै कामार्ता दिव्ययोषितः ॥३७
ज्ञानं चाप्रमितं तस्य त्रिकालविषयं भवेत् ।
दूरश्रुतिर्दूरदृष्टिः स्वेच्छया खगतां व्रजेत् ॥ ३८ ॥
सिद्धानां दर्शनं चापि योगिनीदर्शनं तथा ।
भवेत खेचरसिद्धिश्च खेचराणां जयस्तथा ॥ ३९ ॥
यो ध्यायति परं नित्यं बाणलिङ्गं द्वितीयकम् ।
खेचरीभूचरीसिद्धिर्भवेत्तस्य न संशयः ॥ ४० ॥
एतद्ध्यानस्य माहात्म्यं कथितुं नैव शक्यते ।
ब्रह्माद्याः सकला देवा गोपायन्ति परं त्विदम् ॥४१॥

(विशुद्धपद्मम्)

कण्ठस्थानस्थितं पद्मं विशुद्धं नाम पञ्चमम् ।
सुहेमाभं (धूम्रवर्णं) स्वरोपेतं षोड़शच्छदशोभितम्॥४२॥
छगलाण्डोऽस्ति सिद्धोऽत्र शाकिनी चाधिदेवता ।
ध्यानं करोति यो नित्यं स योगीश्वरपण्डितः ॥ ४३ ॥
किन्त्वस्य योगिनोऽन्यत्र विशुद्धाख्ये सरोरुहे ।
चतुर्वेदा विभासन्ते सरहस्या निधेरिव ॥ ४४ ॥
रहःस्थाने स्थितो योगी यदा क्रोधवशो भवेत् ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

तदा समस्तं त्रैलोक्यं कम्पते नात्र संशयः ॥ ४५ ॥
इह स्थाने मनो यस्य दैवाद्याति लयं यदा ।
तदा बाह्यं परित्यज्य स्वान्तरे रमते ध्रुवम् ॥ ४६ ॥
तस्य न क्षतिमायाति स्वशरीरस्य शक्तितः ।
संवत्सहस्रं जीवेत्स वज्रादपि दृढाकृतिः ॥ ४७ ॥
यदा त्यजति तद्ध्यानं योगीन्द्रो वह्निमण्डले ।
तदावर्षसहस्राणि मन्यते तत् क्षणं कृती ॥ ४८ ॥

(आज्ञापद्मम्)

आज्ञापद्मं भ्रुवोर्मध्ये हक्षोपेतं द्विपत्रकम् ।
शुक्लाख्यं तन्महाकालः सिद्धो देव्यत्र हाकिनी ॥४९॥
शरच्चन्द्रनिभं तत्राक्षरबीजं विजृम्भितम् ।
पुमान् परमहंसोऽयं यज्ज्ञात्वा नावसीदति ॥ ५० ॥
एतदेव परं तेजः सर्वतन्त्रेषु गोपितम् ।
चिन्तयित्वा परां सिद्धिं लभते नात्र संशयः ॥५१॥
एतत् क्षेत्रस्य माहात्म्यमृषिभिस्तत्त्वदर्शिभिः ।
शास्त्रेषु बहुधा प्रोक्तं परं तत्त्वं सुभाषितम् ॥ ५२ ॥
यः करोति सदाभ्यासमाज्ञापद्मे विचक्षणः ।
वासनाया महाबन्धं तिरस्कृत्य प्रमोदते ॥ ५३ ॥
यानि यानीह प्रोक्तानि पञ्चपद्मफलानि वै ।
तानि सर्वाणि सुतरामेतज्ज्ञानाद्भवन्ति हि ॥ ५४ ॥

(ब्रह्मरन्ध्रम्)

तत ऊर्ध्वं तालुमूले सहस्रारं सुशोभनम् ।
अस्ति यत्र सुषुम्णायां मूलं सविवरं स्थितम् ॥ ५५ ॥
तालुस्थाने च यत्पद्मं सहस्रारं पुरोहितम् ।
तत्कन्दे योनिरेकाऽस्ति पश्चिमाभिमुखी मता ॥ ५६ ॥
तस्या मध्ये सुषुम्णाया मूलं सविवरं स्थितम् ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

ब्रह्मरन्ध्रं तदेवोक्तं मुक्तिद्वारञ्च संज्ञया ॥ ५७ ॥
ब्रह्मरन्ध्रमुखे तासां सङ्गमः स्यादसंशयः ।
यस्मिन् स्नानात्स्नातकानां मुक्तिःस्यादविरोधतः ॥५८॥
इड़ा गङ्गा पुरा प्रोक्ता पिङ्गला चार्कपुत्रिका ।
मध्या सरस्वती प्रोक्ता तासां सङ्गोऽतिदुर्लभः ॥ ५९ ॥
सितासिते सङ्गमे यो मनसा स्नानमाचरेत् ।
सर्वपापविनिर्मुक्तो याति ब्रह्म सनातनम् ॥ ६० ॥
मृत्युकाले प्लुतं देहं त्रिवेण्याः सलिले यदा ।
विचिन्त्य यस्त्यजेत्प्राणान् स सदा मोक्षमाप्नुयात् ॥६१॥
नातः परतरं गुह्यं त्रिषु लोकेषु विद्यते ।
गोप्तव्यं तत्प्रयत्नेन न चाख्येयं कदाचन ॥ ६२ ॥
ब्रह्मरन्ध्रे मनो दत्वा क्षणार्द्धं यदि तिष्ठति ।
सर्वपापविनिर्मुक्तः स याति परमां गतिम् ॥ ६३ ॥
अस्मिल्लीनं मनो यस्य स योगी मयि लीयते ।
अणिमादिगुणान् मुक्त्वा स्वेच्छया पुरुषे लयः ॥ ६४ ॥

(शिवशक्तियोगः)

अत ऊर्द्धं दिव्यरूपं सहस्रारं सरोरुहम् ।
ब्रह्माण्डाख्यस्य देहस्य बाह्ये तिष्ठति मुक्तिदम् ॥ ६५ ॥
कैलासो नाम तस्यैव महेशो यत्र तिष्ठति ।
नकुलाख्यो विलासी च क्षयवृद्धिविवर्जितः ॥ ६६ ॥
चित्तवृत्तिर्यदा लीना तस्मिन् योगी भवेद्ध्रुवम् ।
यदा विज्ञायतेऽखण्डज्ञानरूपी निरञ्जनः ॥ ६७ ॥
तस्माद्गलितपीयूषं पिबेद्योगी निरन्तरम् ।
मृत्योर्मृत्युं विधायैव कुलं जित्वा सरोरुहे ॥ ६८ ॥
अत्र कुण्डलिनी शक्तिर्लयं याति कुलाभिधा ।
तदा चतुर्विधा सृष्टिर्लीयते परमात्मनि ॥ ६९ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

मूलाधारे हि यत्पद्मं चतुष्पत्रं व्यवस्थितम् ।
तत्र कुण्डलिनी शक्तीरन्ध्रं त्यजति नान्यथा ॥ ७० ॥
षट्चक्रपरिभेदेन भवेत् कुण्डलिनीलयः ।
यदा विज्ञायतेऽखण्डज्ञानरूपी निरञ्जनः ॥ ७१ ॥
सौष्ठवञ्चात्र सर्वेऽपि त्रिविधा योगिनोऽनिशम् ।
इमां क्रियां विधातुं वै शक्नुवन्तीति निश्चतम् ॥ ७२ ॥
अस्याः सर्वोऽपि कल्याणं यथावदधिगच्छति ।
उपासका वै पञ्चापि शक्तिपुरुषभावयोः ॥ ७३ ॥
साहाय्याद्धारणाभ्यासात्षट्चक्राणि जयन्ति ते ।
आदिचक्रे हि प्रकृतेः प्राधान्यं मध्यमे द्वयोः ॥ ७४ ॥
सप्तमेऽद्वैतभावस्य पुरुषस्य प्रधानता ।
ज्योतिषा मन्त्रनादाभ्यां षट्चक्राणां हि भेदनम् ॥ ७५ ॥
सम्पद्यते त्रयोऽप्येते श्रेष्ठाः स्युरुत्तरोत्तरम् ।
विज्ञातवान् योगतत्त्वं श्रीगुरोः कृपया भवेत् ॥ ७६ ॥
एतद्योगाधिकारस्य क्रियाया ज्ञानमाप्यते ।
वेदैर्मन्त्रैश्च सततं क्रियेयमतिगोपिता ॥ ७७ ॥

अथ ध्यानवर्णनम् ।

अवलोकनसाहाय्याद्ध्यानवृत्तिपुरस्सरम् ।
साक्षात्कारो हि ध्येयस्य ध्यानमित्युच्यते बुधैः ॥ १ ॥
तत्तद्योगे पृथग् ध्यानं वर्णितं योगकोविदैः ।
मन्त्रे स्थूलं हठे ज्योतिर्ध्यानं वै सिद्धिदं स्मृतम् ॥ २ ॥
लययोगाय यो ध्यानविधिः समुपवर्णितः ।
बिन्दुध्यानं च सूक्ष्मं वा तस्य संज्ञा विधीयते ॥ ३ ॥
योनिमुद्रा तथा शक्तिचालिनी चाप्युभे परम् ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

साहाय्यं कुरुतो नित्यं बिन्दुध्यानस्य सिद्धये ॥ ४ ॥
साधनेन प्रबुद्धा सा कुलकुण्डलिनी यदा ।
तदा हि दृश्यते किन्तु न स्थिरा प्रकृतेर्वशात् ॥ ५ ॥
परेण पुंसा सङ्गेन चाञ्चल्यं विजहाति सा ।
अतीन्द्रियौ रूपपरित्यक्तौ प्रकृतिपूरुषौ ॥ ६ ॥
तथापि साधकानां वै हितं कल्पयितुं प्रभुः ।
ज्योतिर्मयो युग्मरूपः प्रादुर्भवति दृक्पथे ॥ ७ ॥
ज्योतिर्ध्यानमाधिदैवं बिन्दुध्यानं प्रकीर्त्तितम् ॥ ८ ॥
मुद्रासाहाय्यतो ध्यानं प्रारभ्य नियतेन्द्रियः ।
निश्चलो निर्विकारो हि तत्र दार्ढ्यं समभ्यसेत् ॥ ९ ॥

(बिन्दुध्यानफलकथनम्)

स्थूलध्यानाच्छतगुणं ज्योतिर्ध्यानं विशिष्यते ।
ततोऽपि बिन्दुध्यानस्य फलं शतगुणं स्मृतम् ॥ १० ॥
अतिसूक्ष्मतया बिन्दुध्यानं गोप्यं प्रयत्नतः ॥ ११ ॥
कृपया गुरुदेवस्य महामायाप्रसादतः ।
बिन्दुध्यानस्योपलब्धिर्जायते साधकस्य वै ॥ १२ ॥
योगसाधनविज्ञाता योगिराट् परमो गुरुः ।
बिन्दुध्यानोपदेशेन शिष्यश्रेयः करोति हि ॥ १३ ॥
आकर्ण्यते नादशब्दः प्रत्याहारो दृढो यदा ।
अवस्थाभेदतो नादवृद्धिःस्यादुत्तरोत्तरम् ॥ १४ ॥
तत्साहाय्याद्धारणायाः सिद्धिर्ध्यानस्य चाप्यते ।
धारणायां समभ्येति ज्योतिः किञ्चित् प्रकाशताम् ।
सार्द्धं धारणया तस्य ज्योतिषोऽपि क्रमोन्नतिः ॥ १५ ॥
धूम्रनीहारखद्योतशशिसूर्य्याग्निभेदतः ।
भेदाच्च पञ्चतत्त्वस्य विकाशो ज्योतिषो भवेत् ॥ १६ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

धारणादृढतायत्ता सिद्धिरस्योपजायते ।
सिद्धायां धारणायां वै ब्रह्मवच्छक्तिरूपकम् ॥ १७ ॥
परात्मदर्शनं बिन्दुध्याने शश्वत्प्रजायते ।
गुणवद्रूपतत्त्वे हि बिन्दुध्यानं प्रकीर्तितम् ॥ १८ ॥
जन्मजन्मान्तरप्राप्तसाधनक्रियया भवेत् ।
बिन्दुध्यानोपलब्धिर्हि योगिनः साधकस्य वै ॥ १९ ॥

अथ लयक्रियावर्णनम् ।

सूक्ष्मा योगक्रिया या स्याद्ध्यानसिद्धिं प्रसाध्य वै ।
समाधिसिद्धौ साहाय्यं विदधाति निरन्तरम् ॥ १ ॥
दिव्यभावयुता गोप्या दुष्प्रापा सा लयक्रिया ।
महर्षिभिर्विनिर्दिष्टा योगमार्गप्रवर्तकैः ॥ २ ॥
लयक्रिया प्राणभूता लययोगस्य साधने ।
समाधिसिद्धिदा प्रोक्ता योगिभिस्तत्त्वदर्शिभिः ॥३॥
षट्चक्रं षोडशाधाराद्विलक्ष्यं व्योमपञ्चकम् ।
पीठानि चोनपञ्चाशज्ज्ञात्वा सिद्धिरवाप्यते ॥ ४ ॥
समाधिसिद्धिर्ध्यानस्य सिद्धिश्चाप्यनया भवेत् ।
आत्मप्रत्यक्षतां याति चैतया योगविज्जनः ॥ ५ ॥

(व्योमजयीक्रिया)

शब्दा व्योमगुणा ज्ञेया शब्दसृष्टिरलौकिकी ।
ओङ्काररूपशब्दात्मब्रह्मणः स्वरसप्तकम् ॥ ६ ॥
ततश्च श्रुतयो ग्राममूर्च्छनाद्या विनिर्गताः ।
एषां साहाय्यतः शब्दसृष्टेरानन्त्यमुच्यते ॥ ७ ॥
व्यष्टिशब्दाविचारेणापनीय रसबोधतः ।
वासनां, भावयंश्छब्दान् स तेन मनसोलयः ।
इत्थं लयक्रियासिद्धिः प्रोच्यते योगपारगैः ॥ ८ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

(आशुगजयी क्रिया)

तन्मात्रा मरुतः स्पर्शस्त्वचा तद्ग्रहणम्भवेत् ।
तत्तदङ्गेषु वैशिष्ट्यं तत्स्थानं मर्म उच्यते ॥ ९ ॥
मारकोत्तेजकौ चेति मोहकश्चेति तत् त्रिधा ।
उत्तेजको मारकात्स्यान्मोहकः प्रबलस्ततः ॥ १० ॥
तिसृणां मर्मशक्तीनां सङ्घातो यत्र जायते ।
अजेयतां समाप्नोति तत्स्थानं जन्तुभिः सदा ॥११॥
स्पर्शवैषयिकानन्दप्रमादरहितं मनः ।
विधाय धारणां ध्यानसाहाय्याद्दिव्यभाविकाम् ॥१२॥
सूक्ष्मां शक्तिमनुसरंल्लयेन मनसो ध्रुवम् ।
क्रिया सम्पद्यते चैषा योगिनामिति निश्चयः ॥ १३ ॥

(प्रभाजयी क्रिया)

अग्नितत्त्वस्य तन्मात्रारूपमुक्तं मनीषिभिः ।
नामरूपात्मकं विश्वमिति सा हि बलीयसी ॥ १४ ॥
रूपस्य दर्शनाज्जन्तुर्मोहमाप्नोति निश्चितम् ।
अभ्यस्येद्रहसि स्थित्वा तन्मात्राजयसाधनम् ॥ १५ ॥
प्रियं रूपं पुरः स्थाप्य वासनाशून्यमानसः ।
दिव्ये तस्मिन् हि मनसो लयात्सिध्यति सा क्रिया ॥१६॥

(रसजयी क्रिया)

पञ्चभूतेषु पयसस्तन्मात्रा रस उच्यते ।
सङ्गृह्यते रसनया सा कर्मद्वयतत्परा ॥ १७ ॥
शक्तेर्हि तत्र प्राबल्यं यत्र कार्य्यद्वयश्रुतिः ।
रसना प्रबला तस्मात्तज्जयेन रसो वशः ॥ १८ ॥
जिह्वाग्रे संयमं कुर्य्यान्मनो हि विषयान्तरात् ।
अपनीय, रसास्वादे दिव्ये वै मनसो लयः ॥ १९ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

एवं गुरूपदेशेन कामनाजयपूर्वकम् ।
जितेन्द्रियत्वमाप्नोति साधयन् साधकः सुधीः ॥२०॥

(सुरभिजयी क्रिया)

पृथिवी तत्त्वतन्मात्रा गन्धः प्रोक्तो मनीषिभिः ।
शरीरं पार्थिवं यस्माद्दिव्यगन्धस्य सन्निधिः ॥ २१ ॥
यथा क्रियान्तरप्राप्तिर्गुरुदेवोपदेशतः ।
एतत्क्रियारहस्यन्तु गुरुदेवाद्विलभ्यते ॥ २२ ॥
चन्द्रं सम्प्रेक्षमाणेन क्रियेयं सिद्धिराप्यते ।
विषयेभ्योविरम्यैव दिव्यगन्धे मनोलयात् ॥ २३ ॥
विजित्य चेन्द्रियग्रामान् सुगन्धे वा मनोलयात् ।
क्रियेयं सिद्धिमाप्नोति वदन्तीति पुराविदः ॥ २४ ॥

(अजपा क्रिया)

कुण्डलिन्याः समुद्भूता गायत्री प्राणधारिणी ।
प्राणविद्या महाविद्या यस्तां वेद स वेदवित् ॥ २५ ॥
सोऽहं मन्त्रं जपन् देवोमजपां हृदि भावयेत् ।
लयेन मनसो मन्त्रे मनःप्राणलयो भवेत् ॥ २६ ॥
उपासनीया गायत्री त्रिकाल इति सा त्रिधा ।
तथास्यास्त्रिविधा भेदाः प्रोक्तास्तत्तन्त्रवेदिभिः ॥२७॥
मंत्रप्राणस्थिरत्वं हि प्रथमे परिकीर्त्तितम् ।
प्राणमन्त्रार्थयोः स्थैर्यं द्वितीये किल जायते ॥ २८ ॥
स्थितिस्तृतीये भावस्य मनसश्च निगद्यते ।
ततः पश्यन्ति ते देवं परमात्मानमव्ययम् ॥ २९ ॥

(शक्तिधारिणी क्रिया)

बिन्दुः शिवो रजः शक्तिश्चन्द्रो बिन्दूरजो रविः ।
अनयोः सङ्गमादेव प्राप्यते परमं पदम् ॥ ३० ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

शिवोपमेन गुरुणा जीवन्मुक्तेन धीमता ।
एतत्क्रियारहस्यं हि प्राप्यते नात्र संशयः ॥ ३१ ॥
रविचन्द्रौ चन्द्ररवी सङ्गमय्य परस्परम् ।
एकीभावेन लयनं द्विभेदं परिकीर्तितम् ॥ ३२ ॥
मनःक्रियाभ्यां साहाय्यात् साध्योभेदस्तृतीयकः ॥३३॥

(ओंकारक्रिया)

तैलधारामिवाच्छिन्नं दीर्घघण्टानिनादवत् ।
अवाच्यं प्रणवस्याग्रं स साक्षादीश्वरोऽव्ययः ॥ ३४ ॥
नादश्रुतेः समुन्नीतौ शिष्यायोपदिशन्ति हि ।
गुरवः साधनविधिमेतस्यास्तद् द्विधा स्मृता ॥ ३५ ॥
आधारतः समुत्पद्य सहस्रारं प्रतिष्ठते ।
ध्वनिना तेन मनसो लयो हि प्रथमा भवेत् ॥ ३६ ॥
आज्ञाचक्रं कूर्मचक्रमुभे संयोज्य युक्तितः ।
उत्पद्यते यतो नादः स्थित्वा तत्र मनोलयः ॥ ३७ ॥
विधाय प्राभुयाद्योगी ह्यात्मारामत्वमव्ययम् ।
गोपनीया प्रयत्नेन सर्वशास्त्रेष्वियं क्रिया ॥ ३८ ॥

(प्रातिभदर्शनक्रिया)

भूर्भुवस्वरिमे लोकाः सोमसूर्याग्निदेवताः ।
तस्य मात्रासु तिष्ठन्ति ततः प्रातिभदर्शनम् ॥ ३९ ॥
शुचिर्वाप्यशुचिर्वापि कुर्वन् प्रातिभदर्शनम् ।
लिप्यते न स पापेन पद्मपत्रमिवाम्भसा ॥ ४० ॥
एष योगो महागुह्यो जरामृत्युविनाशकः ।
तेजोवृद्धिकरश्चैव ह्यणिमादिगुणप्रदः ॥ ४१ ॥

(ज्योतिष्मतीदर्शनक्रिया)

इच्छा क्रिया तथा ज्ञानं ब्राह्मी रौद्री च वैष्णवी ।

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

त्रिधा शक्तिः स्थिता यत्र ततो ज्योतिरवेक्षणम् ॥४२॥
लीनाः प्राणाः मनसि चेद्गुरुदेवोपदेशतः ।
ज्योतिष्मतीप्रेक्षणं वै साधकेनोपलभ्यते ॥ ४३ ॥
क्रियया चैतया ध्यानसिद्धिमाप्य यथायथम् ।
प्राप्नोति परमानन्दपदं योगी निरामयम् ॥ ४४ ॥

(चक्रक्रिया)

प्राणायामद्विषट्केन प्रत्याहारः प्रकीर्तितः ।
प्रत्याहारद्विषट्केन जायते धारणा शुभा ॥ ४५ ॥
धरणाद्वादशे प्रोक्तं ध्यानं ध्यानविशारदैः ।
ध्यानद्वादशकेनैव समाधिरभिधीयते ॥ ४६ ॥
एवं साधनतः शश्वज्जयः स्यान्मनसो ध्रुवः ।
प्राणायामेन सकलं साधनं प्राप्यते जनैः ॥ ४७ ॥
यत्समाधौ परं ज्योतिरनन्तं विश्वतो मुखम् ।
तस्मिन्दृष्टे क्रिया कर्म याता यातं न विद्यते ॥ ४८ ॥
गुदं मेढ्रश्च नाभिश्च हृत्पद्मं च तदूर्ध्वतः ।
घण्टिका लम्बिकास्थानं भ्रूमध्ये च नभोबिलम् ॥४९॥
कथितानि नवैतानि ध्यानस्थानानि योगिभिः ।
तत्रात्मानं शिवं ध्यात्वा योगी मुक्तिमवाप्नुयात् ॥५०॥

(ब्रह्मदण्डधारणाक्रिया)

दक्षिणा पिङ्गला नाड़ी वह्निमण्डलगोचरा ।
देवयानमितिज्ञेया पुण्यकार्यानुसारिणी ॥ ५१ ॥
इड़ा च वामनिश्वासः सोममण्डलगोचरा ।
पितृयानमितिज्ञेया वाममाश्रित्यतिष्ठति ॥ ५२ ॥
गुदस्य पृष्ठभागेऽस्मिन् वीणादण्डस्य देहभृत् ।
दीर्घास्थिमूर्द्ध पर्यन्तं ब्रह्मदण्डेति कथ्यते ॥ ५३ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

इड़ापिङ्गलयोर्मध्ये सुषुम्णा सूक्ष्मरूपिणी ।
सर्वं प्रतिष्ठितं यत्र सर्वगं सर्वतो मुखम् ॥ ५४ ॥
बीजजीवात्मकस्तेषां क्षेत्रज्ञः प्राणवायवः ।
सुषुम्णान्तर्गतं विश्वं तस्मिन् सर्वं प्रतिष्ठितम् ॥ ५५ ॥
नानानाड़ीप्रसवगं सर्वभूतान्तरात्मनि ।
ऊर्द्ध्वमूलमधःशाखं वायुमार्गेण सर्वगम् ॥ ५६ ॥
अधश्चोर्द्ध्वं गतास्तास्तु ब्रह्मदण्डसमाश्रिताः ।
वायुना सह गत्वोर्द्ध्वं ज्ञानी मोक्षमवाप्नुयात् ॥ ५७ ॥

(लयबोधक्रिया)

खमध्ये कुरु चात्मानमात्ममध्ये च खं कुरु ।
आत्मानं खमयं कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥५८॥
स्थिरबुद्धिरसंमूढो ब्रह्मविद् ब्रह्मणि स्थितः ।
निष्कलं तं विजानीयान्मनो यत्र लयं गतम् ॥ ५९ ॥

(प्राणसिद्धिक्रिया)

प्राणापानगती रुन्ध्यात्प्राणायामपरायणः ।
चले वाते चलं चित्तं निश्चले निश्चलं भवेत् ॥ ६० ॥
सर्वेऽप्येते यज्ञविदो यज्ञक्षपितकल्मषाः ।
यज्ञशिष्टामृतभुजो यान्ति ब्रह्म सनातनम् ॥ ६१ ॥
यज्ञान्ते वृत्तिसन्धौ वा प्राणापानगतिक्रिया ।
कथ्यते तत्र सततमात्मचिन्तनमाचरेत् ॥ ६२ ॥
अनेन परमं नित्यमधिगच्छति तत्पदम् ।
एतत्क्रियारहस्यं वै गुरुदेवात् समभ्यसेत् ॥ ६३ ॥

(कूटस्थदर्शनक्रिया)

समं कायशिरोग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरः ।
प्रेक्षमाणो नासिकाग्रं दिशश्चानवलोकयन् ॥ ६४ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

प्रशान्तात्मा विगतभीर्ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।
मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत मत्परः ॥ ६५ ॥
निद्रातन्द्रे परित्यज्य चित्सत्तामपि धारयन् ।
गुरुप्राप्तां क्रियां योगी साधयन् नियतेन्द्रियः ।
स वै प्राप्नोति निर्वाणं शाश्वतं परमं पदम् ॥ ६६ ॥

(तत्त्वदर्शनक्रिया)

आत्मानमरणिं कृत्वा प्रणवञ्चोत्तरारणिम् ।
ध्याननिर्मथनाभ्यासादेवं पश्यन्ति गूढवत् ॥ ६७ ॥
ध्वनेरन्तर्गतं ज्योतिर्ज्योतिषोऽन्तर्गतं मनः ।
मनसो यत्र विलयस्तद्विष्णोः परमं पदम् ॥ ६८ ॥
गोपितेयं क्रिया सर्वोपनिषत्सु च यत्नतः ।
इमां प्राप्य गुरोर्योगी समाधिमधिगच्छति ॥ ६९ ॥

(साधनवैचित्र्यम्)

वेदतन्त्ररहस्यज्ञा मन्त्रयोगविशारदाः ।
उपदेष्टुं क्षमाः साधु मन्त्रयोगाखिलक्रियाः ॥ ७० ॥
तथाहि हठयोगस्य तत्त्वज्ञो योगविज्जनः ।
सिद्धिमाप्य क्रियां गुप्तां बहुधोपदिशन्ति हि ॥ ७१ ॥
विज्ञाय चतुरो योगान् योगिभिस्तत्त्वदर्शिभिः ।
सूक्ष्मराज्यचरैरेवं विविधैव लयक्रिया ॥ ७२ ॥
जिज्ञासूनां साधकानां श्रेयसे ह्युपदिश्यते ।
अत्येति या मनोवाचं सुगुप्ता चाप्रकाशिता ॥ ७३ ॥

अथ समाधिवर्णनम् ।

सरित्पतौ पतित्वाम्बु यथाभिन्नमियाल्लयम् ।
तथाभिन्नं मनस्तत्र समाधिं समवाप्नुयात् ॥ १ ॥

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

सलिलं सैन्धवं यद्वत्साम्यं भजति योगतः ।
तथात्ममनसोरैक्यं समाधिरभिधीयते ॥ २ ॥
महाभावो महाबोधो महालय इति क्रमात् ।
त्रिधा समाधिर्भवति प्रोक्तमेतन्महर्षिभिः ॥ ३ ॥
प्रशस्तो लययोगस्य समाधिर्हि महालयः ।
नादस्य बिन्दोः साहाय्यात्समाधिरधिगम्यते ॥ ४ ॥
नादस्य बिन्दोश्चैकत्वे मनस्तत्र विलीयते ।
दृश्यनाशात्तदा द्रष्टूरूपमेति प्रकाशताम् ॥ ५ ॥
प्रशस्तं साधनमिदं समाधिर्व्यपदिश्यते ।
ब्रह्मनिष्ठैर्गुरुपरैः प्राप्योऽसौ सुदृढव्रतैः ॥ ६ ॥

इत्यध्यात्मविद्यायां योगशास्त्रे समाप्तेयं
लययोगसंहिता ।



SRI JAGADGURU VISHWARADHYA
JNANA SIMHASAN JNANAMANDIR
LIBRARY.
Jangamwadi Math, VARANASI,
Acc. No. 1283

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri



CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri

CC.0- Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri



CC-0. Jangamwadi Math Collection. Digitized by eGangotri